

# Psicologia dell'età anziana



# La psicologia dell'età anziana

Lo studio dell'età anziana è iniziato in modo sistematico solo negli anni 20 negli Stati Uniti

**Resistenza e pregiudizi sull'età anziana:** la vecchiaia appare come una malattia, associazione con la morte osservazione del solo declino

**Modificazioni delle condizioni sociali:** i numerosi cambiamenti legati ai mutamenti demografici e a quelli socioeconomici nel corso degli anni '70 (per poi esplodere negli anni '80) determinano la necessità di uno studio sempre più accurato della popolazione anziana

# La psicologia dell'età anziana

- La maggiore longevità evidenzia con puntualità contraddizioni e problemi.
- Si accusano carenze conoscitive e metodologiche; le categorie concettuali utilizzate si mostrano sempre più deboli per comprendere i mutamenti che sono in atto nel mondo degli anziani che, a loro volta, appaiono sempre di più diversi tra loro.
- Si rendono necessari nuovi “concetti” e nuovi “strumenti” per potere entrare e conoscere tale “mondo”.

# La psicologia dell'età anziana

- È attorno ai primi anni '70 che, in Italia, gli anziani e la loro condizione cominciano ad essere oggetto di attenzione e di riflessione.
- I “vecchi” diventano visibili e la loro dimensione quantitativa pone il problema in tutta la sua “ampiezza”.
- Questo porta alcuni studiosi a riflettere sugli anziani e la loro condizione, avviando ricerche attente e mirate. In Italia grazie al contributo di Agostino Gemelli e Martello Cesa-Bianchi (1952-1987)

# Contraddizioni

- Ci si riferisce all'allungamento della vita media .... e allo stesso tempo all'invivibilità della vita allungata,
- all'incremento del tempo disponibile .... e alla non valorizzazione dello stesso,
- alle conquiste medico-farmacologiche ... e all'abbandono sociale,
- all'espansione dei servizi sociali, assistenziali e culturali .... e alla loro disfunzionalità e incapacità di dare risposte efficaci.

# Vecchiaia età e cicli di vita

- Ogni società è caratterizzata da una propria suddivisione della vita in età o in fasi.
- Per poter gestire il processo di invecchiamento e il ricambio generazionale, organizza periodi e transizioni, calendari e percorsi che incidono sulla suddivisione delle età e scandiscono i tempi sociali, per cui l'età ha un peso come principio organizzativo della società.
- L'età è una costruzione sociale riconosciuta e condivisa che va a connotare il corso della vita e “gestisce” collettivamente i destini individuali

# Vecchiaia età e cicli di vita

- Anche se in passato sono esistite società semplici che proponevano solo due classi di età (bambini e adulti), la maggior parte delle società ha fissato almeno tre classi di età:
  - Bambini
  - Adulti
  - Anziani

# Vecchiaia età e cicli di vita

- I cambiamenti che nel tempo hanno interessato la società industriale, questa tripartizione della vita subisce, all'interno dei suoi segmenti, modificazioni che daranno vita a nuove "fasi" (o sotto-fasi) rendendo meno rigidi i confini e creando periodi di transizione
- La realtà è sempre più caratterizzata da "momenti" che rallentano e spostano in avanti il passaggio alla vita adulta (es. ricerca del lavoro stabile).
- Per ciò che riguarda la vecchiaia, si parla di "vecchi-giovani" (old-young) e di "vecchi-vecchi" (old-old), di terza, quarta e magari anche di quinta età



# Il significato di invecchiamento

L'invecchiamento non è solo un processo attraverso il quale ci si modifica in funzione del tempo,

«Riferito all'uomo indica il complesso delle modificazioni cui l'individuo va incontro, nelle sue strutture e nelle sue funzioni, in relazione al progredire dell'età» (Cesa Bianchi, 1987)

# Un doppio significato ...

- L'invecchiamento come **maturazione** o accrescimento è visto come un processo attraverso il quale l'individuo aumenta quantitativamente le sue funzioni e strutture e le differenzia qualitativamente.
- L'invecchiamento come **senescenza** è il processo attraverso cui l'individuo diminuisce quantitativamente le proprie strutture e perde progressivamente le proprie funzioni.

# Un fenomeno complesso

L'invecchiamento è un fenomeno complesso che non può essere affidato alla sola età cronologica, si devono chiamare in causa le altre "età": l'età psicologica, l'età sociale, l'età biologica, ed essere intese come un insieme compatto, (Giumelli, 1996).

# Età biologica

- Secondo Cesa-Bianchi (1987), l'età biologica di una persona è la sua posizione attuale nei riguardi della sua potenziale durata di vita: si avvicina notevolmente all'età cronologica, ma non si identifica con essa.

# Età psicologica

- L'età psicologica si riferisce alle capacità adattative di una persona che risultano dal suo comportamento, ma può anche riferirsi alle relazioni soggettive o all'autoconsapevolezza: è collegata sia all'età cronologica che a quella biologica, ma non è pienamente desumibile dalla loro combinazione

# Età sociale

- L'età sociale si riferisce alle abitudini e ai ruoli sociali della persona in funzione delle aspettative del suo gruppo e della società: è collegata, ma non completamente definita, all'età cronologica, biologica e psicologica.

# Quando inizia la vecchiaia?

Così come l'adolescenza non è un periodo che ha un inizio preciso ...

**Definizione in senso cronologico:** a partire dai 60 anni

- Gli elementi anagrafici possono non avere una corrispondenza con il decadimento cognitivo

**Definizione in senso psicologico:** colui che mostra segni di deterioramento senile

- Non appare tuttavia corretto far riferimento unicamente ad elementi di decadimento

**Definizione sociologica:** chi entra in una fase di pensionamento

**Pattern di invecchiamento:** primario, secondario e terziario

# Pattern di invecchiamento

L'invecchiamento biologico stesso non è un processo lineare, si distingue tra:

**Invecchiamento primario**, è il cosiddetto invecchiamento normale, che riguarda tutta la popolazione e comporta modificazioni biologiche, psicologiche e sociali, in una sostanziale stabilità della struttura della personalità.

**Invecchiamento secondario**, sarebbe l'invecchiamento patologico, ove al quadro dell'invecchiamento primario si aggiungono malattie croniche o meno: in questo stadio spesso è difficile capire ciò che appartiene alla malattia e ciò che appartiene alla vecchiaia. Queste modificazioni non sempre sono irreversibili e possono anche essere curate.

**Invecchiamento terziario**, si riferisce al declino rapido e irreversibile che caratterizza l'avvicinarsi alla morte. Questo stadio può durare mesi o anni ed è conosciuto anche come terminal drop



# Teorie dell'invecchiamento

- **Teoria del disimpegno** (Cumminng & Henry, 1961): descrive la vecchiaia come un periodo in cui la persona sente la necessità di un ritiro sul piano fisico, psicologico e sociale.
- **Teoria dell'attività** (Havighurst, 1963) presuppone che il senso di soddisfazione personale e i vissuti emozionali positivi e propulsivi sino possibili solo se l'anziano continua ad essere impegnato in attività legate ai vecchi ruoli
- **Teoria della continuità** fa riferimento ad un livello standard di stimolazione o di disimpegno ma è una sorta di continuità rispetto alle fasi precedenti
- **Teoria del succesfull aging** (Baltes & Baltes, 1991) che si realizza con le indicazioni strategiche di selettività, ottimizzazione, compensazione. Si selezionano alcune competenze, quelle più esercitate in passato e si mantengono ad un buon livello, ottimizzandole.

# Invecchiamento e attenzione

L'ATTENZIONE possiamo definirla come la capacità del sistema percettivo di selezionare le informazioni rilevanti. Funziona come filtro d'ingresso delle innumerevoli informazioni che ci provengono dalla realtà :

- Attenzione selettiva: capacità di ignorare informazioni non rilevanti
- Attenzione divisa: utilizzata nello svolgere più compiti contemporaneamente
- Attenzione sostenuta: ci permette di prestare attenzione per lungo tempo ad una fonte d'informazione.
- Vigilanza: ci fa riconoscere uno stimolo rilevante nell'ambiente.

Esistono due tipi di processi che richiedono diverse risorse attentive:

- Processi automatici
- Processi controllati

# Invecchiamento e attenzione

Con l'invecchiamento sorgono problemi nell'attenzione, in particolare:

- L'attenzione divisa è meno efficiente ( Craik, 1977) soprattutto se legata alla WM (Salthouse & Fristoe, 1995);
- Nell'attenzione sostenuta è presente una maggiore distraibilità (Parasuraman, 1998) ma anche ad aspetti del compito (Giambra (1997) ad esempio la comprensione riguardante a quali stimoli rispondere e a inibire gli stimoli irrilevanti
- Maggior pratica rispetto ai giovani per automatizzare i processi (Park & Schwarz, 2000)

# Memoria e invecchiamento

La memoria nell'invecchiamento non patologico:

- Calo poco significativo nella capacità della MBT;
- La WM presenta un funzionamento peggiore (Fraipoint et al., 1990). È presente una difficoltà nell'utilizzo spontaneo di strategie sia in codifica che in recupero;
- La memoria procedurale e la memoria semantica (concetti, significati, regole) appaiono integre;
- La MLT per eventi vicini peggiora (m. episodica), la MLT per eventi lontani è preservata;
- Forte l'influenza del contesto: migliori sono le prestazioni in ambienti ecologici;
- È presente il fenomeno della reminescenza.

# Memoria e invecchiamento

Si tratta del lasciarsi andare spontaneamente alla emersione di ricordi, anche molto remoti. E' una funzione importante per il benessere psicologico della persona anziana e per il mantenimento della sua identità. In particolare essa:

- Rinforza il senso di identità;
- È un momento elaborativo su aspetti importanti della propria esistenza;
- È anche un modo per evadere il presente che risulta non accettabile;
- È un modo di comunicare e di trasmissione transgenerazionale.

# Linguaggio e invecchiamento

## IL LINGUAGGIO i cambiamenti:

- Comprensione: generalmente ha un declino lento in quanto correlato alla memoria semantica, che tende a essere preservata;
- Attenzione su aspetti comunicative: Parlare in modo più lento accentuare le pause
- Il linguaggio in produzione può essere caratterizzato da anomalie, parafrasie, fenomeni sulla punta della lingua;
- Buone preservate le competenze narrative
- Forte è l'influenza ecologica e ambientale sulle prestazioni.

# Emozioni e invecchiamento

- Ipoarousal: minor intensità emotiva nella rievocazione degli eventi emotigeni (Levenson et al., 1991)
- Di fronte ad alti livelli di stress maggiori livelli di arousal e necessitano di più tempo per tornare ad uno stato di rilassamento (Welford, 1980)
- Non esistono differenze nelle manifestazioni delle emozioni
- Non sono presenti stati effettivi maggiormente negativi (Smith & Baltes, 1993)
- Rispetto agli stati depressivi non emerge una relazione lineare con il procedere dell'età, mentre le valutazioni soggettive sono predittori di questo stato di malessere

# Benessere nell'anziano

- Fattore genetico: definisce il ritmo, le fasi, la durata del processo di invecchiamento;
- Fattore educativo-culturale: influenza significativamente il processo di senescenza, sia pure in modo diverso a seconda della popolazione di appartenenza. Un buon livello educativo e un'adeguata situazione culturale sembrano agire positivamente sull'invecchiamento, mentre una situazione opposta è, spesso, chiamata in causa quale condizione favorente un rapido decadimento delle funzioni della persona.



# Fattore economico

molte ricerche, fra le quali quelle di J. Birren, documentano una vera e propria dicotomia nel modo di svolgersi dell'invecchiamento fra gli appartenenti alle classi socio-economiche più fortunate e quelli appartenenti alle classi più svantaggiate, per questi ultimi la senescenza si attua molto più frequentemente con modalità esclusivamente negative

# Fattore di personalità

- bisogna prendere atto della diversità che la senescenza assume negli individui chiusi e in quelli aperti, negli attivi e nei disimpegnati, nei tenaci e nei labili e così via. A differenti tipologie caratteriologiche corrispondono diverse modalità di invecchiare. In ogni caso la personalità è in stretta connessione con l'ambiente, e le modalità adattative della persona dipendono da questa interdipendenza
- Strategie di coping (Baltes & Mayer, 1999; Ruth & Coleman, 1996)

# Fattore sanitario

opera in stretta interdipendenza con il fattore economico. L'insorgenza di patologie, specie se di carattere cronico e progressivo, influenzano negativamente il processo di invecchiamento fino a farlo precipitare. Tale influenza negativa diventa più incisiva se si realizza in un quadro di inadeguate risorse economiche

# Fattore famiglia

L'invvecchiamento varia notevolmente se un individuo vive solo, in coppia, o in un gruppo più numeroso. L'influenza di tale fattore si differenzia anche in rapporto al carattere dell'individuo che invecchia, alle sue condizioni culturali ed economiche, al gruppo di appartenenza

# Fattore ambiente

ormai è un dato di fatto che l'invecchiamento è espressione di un'interazione fra l'individuo e il suo ambiente, interazione nella quale l'individuo modifica continuamente l'ambiente e l'ambiente modifica continuamente l'individuo



# Lo Sviluppo Cognitivo nel Ciclo di Vita

STP A.A. 2018-2019

040PS – M-PSI/04

- Cinzia Chiandetti, PhD
- Sandra Pellizzoni, PhD

... buona strada...

